

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP
PENURUNAN *DISMENOREA* PRIMER PADA SISWI
SMA 1 MUHAMMADIYAH MALANG**

SKRIPSI



Oleh:

RIVAL YAHYA BAIHAQI

NIM. 201310420311099

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2017

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP
PENURUNAN *DISMENOREA* PRIMER PADA SISWI
SMA 1 MUHAMMADIYAH MALANG**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan
(S.Kep) Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Malang



Oleh:

RIVAL YAHYA BAIHAQI

NIM: 201310420311099

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2017

LEMBAR PERSETUJUAN
PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PENURUNAN
***DISMENOREA* PRIMER PADA SISWI SMA 1**
MUHAMADIYAH MALANG

SKRIPSI

Disusun Oleh:
RIVAL YAHYA BAIHAQI
NIM. 201310420311099

Skripsi ini Telah Disetujui Untuk Diujikan
Tanggal 25 September 2017

Pembimbing I



Ririn Harini, S.Kep.,Ns,M.Kep
NIP.11205010420

Pembimbing II



Indah Dwi Pratiwi,S.Kep,Ns,M.Ng
NIP.11408040455

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang



Murul Aini, S. Kep, Ns., M. Kep
NIP.11205010419

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PENURUNAN *DISMENOREA*
PRIMER PADA SISWI SMA MUHAMMADIYAH 1 MALANG**

SKRIPSI

Disusun Oleh :

RIVAL YAHYA BAIHAQI

NIM. 201310420311099

Di Ujikan

Pada Tanggal 09 Oktober 2017

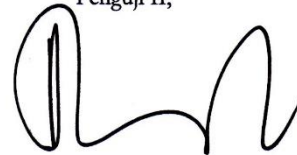
Penguji I,



Ririn Harini, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP.UMM. 112115010420

Penguji II,



Indah Dwi Pratiwi, S.Kep.Ns.,M.Ng

NIP.UMM. 11205010420

Penguji III,



Reni Ilmiasih, M.Kep., Sp. Kep.An

NIP. UMM. 11408040454

Penguji IV,



Nur Lailatul Masruroh, S.Kep.,NS., MNS

NIP.UMM 11205010421

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Malang



Faqih Rullyansudin., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KMB

NIP.UMM. 11203090391

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rival Yahya Baihaqi

NIM : 201310420311099

Program Studi : Program Studi Ilmu Keperawatan FIKES UMM

Judul Skripsi : Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Dismenorea
Primer Pada Siswi SMA Muhamadiyah 1 Malang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 26 September 2017

Yang membuat pernyataan

Rival Yahya Baihaqi

NIM. 201310420311099

MOTTO

Tugas kita bukanlah untuk berhasil Tugas kita adalah untuk mencoba Karena didalam mencoba itulah kita menemukan dan membangun kesempatan untuk berhasil..

"Sesungguhnya bersama kesulitan pasti ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)" (QS 94: 6-7)

"Yakinlah, kekuatan yang paling mujarab adalah kekuatan doa orangtua"

LE MBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah ya Allah..

Sujud syukurku kusembahkan kepada Allah SWT, karena atas takdirMu telah kau jadikan aku manusia yang senantiasa berfikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menyelesaikan tugas skripsi ini. Semoga keberhasilan ini ,menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita terbesarku. pertama-tama skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orangtua saya. Terimakasih kepada Ibu dan Ayah tercinta sudah sabar dalam mendidikkmu, yang tiada hentinya selama ini memberikanku support, dukungan, nasehat, dan do'a yang selalu menyertai langkahku. Dukungan Ibu dan Ayah adalah kekuatan terdasyat ananda dalam menyelesaikan karya ini. Untuk adikku Natasa Niken Permata Sari sudah selalu mendoakan dan menuntutku buat contoh teladan yang baik. Teruntuk wanita yang selalu mensupportku Weni Styoningrum terimakasih sudah mengajarkanku arti kesabaran selama ini, terimakasih sudah banyak membantuku dalam kesulitan penyelesaian tugas skripsi ini. Semoga Allah SWT selalu mendengarkan setiap doa-doa dan harapan demi harapan yang selalu kita panjatkan. Tetaplah menjadi sosok wanita yang selalu

bertanggung jawab dan menjadi panutan yang baik untukku ke depan Terimakasih juga ku ucapakan untuk teman-temanku sekaligus saudaraku PSIK B 2013 yang banyak sekali membantuku disaat kesusahan, kebingungan, yang selalu mensupportku sampai sekarang aku bisa menyelesaikan skripsiku, tanpa kalian semua aku gak akan bisa mencapai semua ini. SAHABATKU yang tiada tandingnya buat Rzyky Rindang S, Yusuf Adi S, Febri Andhika, Rahmad Fadoli makasih ya sudah banyak sekali membantuku selama perjalanan penelitian. Cepat menyusul kalian ya ^^

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan bimbinganNya saya dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul **“Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan *Dismenorea* Primer Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1 Malang”**. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk penyusunan skripsi guna memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

Bersamaan dengan ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Bapak Yoyok Bkti Prasetyo, M.Kep.,Sp. Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu NurulAini, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Ririn Harini, S.Kep.,Ns.M.Kep selaku Dosen Pembimbing 1 yang dengan sabar dan dengan kebesaran hati dalam membimbing saya untuk mewujudkan proposal skripsi ini.
4. Ibu Indah Dwi Pratiwi,S.Kep,Ns,M.Ng selaku Dosen Pembimbing 2 saya yang dengan sabar telah membimbing saya, mengarahkan dan memberi masukan yang sangat membangun.
5. Ibu Indri Wahyuningsih, S.Kep.,Ns selaku Dosen Wali PSIK B angkatan 2013 yang selalu memberikan dukungan untuk menyelesaikan proposal skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan ilmunya.

7. Orang tua yang tiada henti-hentinya selalu mendoakan dan memberikan dukungan moril dan materiil dalam menyelesaikan hasil skripsi ini.
8. Teman-teman PSIK B 2013 dan semua pihak yang namanya tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang turut membantu menyelesaikan skripsi ini.

Mohon maaf atas segala kesalahan dan ketidak sopanan yang mungkin telah saya perbuat dalam penulisan hasil skripsi ini. Saya menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu saya membuka diri untuk segala kritik dan sarannya. Semoga hasil skripsi ini bisa disetujui dan segera direalisasikan sehingga bermanfaat bagi masyarakat dan dunia kesehatan khususnya di bidang keperawatan.

Wassalamualaikum.Wr.Wb.

Malang, 23 Oktober 2017

Penulis

ABSTRACT

The Effect of Hypnotherapy towards the Decreasing of *Primer Dysmenorrhea* to Muhammadiyah 1 Senior High School Malang Students

Rival Yahya Baihaqi¹, Ririn Harini², Indah Dwi Pratiwi³

Background: *Dysmenorrhea* is unbearable pain during menstruation, twinge, and severe pain in around the bottom area of the abdomen which spreads to the left and right thigh. *Dysmenorrhea* is classified into two which are *primer dysmenorrhea* and secondary *dysmenorrhea*. *Primer Dysmenorrhea* is menstruation pain without real genital organ abnormalities. *Primer Dysmenorrhea* usually arises in adolescences around 2-3 years after their first menstruation. This study aims to determine the effect of hypnotherapy on the decrease of *primary dysmenorrhea*.

Method: This study used *pra experimental* design and *one group pre-post test design* as the research design. The object of the study used human. The number of intervention group respondents that are given the hypnotherapy were 30 respondents. This study was conducted on 29th May – 28th Juli 2017 at SMA Muhammadiyah 1 Malang. *Purposive Sampling* was used as the technique sampling. *Saphiro Wilks* and *Dependent t Test* were used to analyze the data of the study.

Results: The *Dysmenorrhea* pain scale on the intervention group showed a significant decreasing level. The result of pain scale of the intervention group decreased 5,17 (98,10%). The researcher used *Saphiro Wilks normality test* and *Dependent t-test* of SPSS 21 application to analyze the data. It showed that sig value was $0,000 < 0,05$ and H_1 was accepted. The result indicated that there was an effect of hypnotherapy on the decreasing level of *primary dysmenorrhea* on the female students of SMA Muhammadiyah 1 Malang.

Conclusion: The application of hypnotherapy that was applied on a session for 45 minutes causing relaxation, so the body will release the endocrine hormone that inhibits the pain signal in substantial *galatinosa decreased primary dysmenorrhea* pain scale on the female students of SMA Muhammadiyah 1 Malang.

Keywords: *Dysmenorrhea, hypnotherapy, Teenagers*

¹Student of Nursing Science Program, Faculty of Health Science, University of Muhammadiyah Malang

¹Lecturer of Nursing Science Program, Faculty of Health Science, University of Muhammadiyah Malang

¹Lecturer of Nursing Science Program, Faculty of Health Science, University of Muhammadiyah Malang

ABSTRAK

Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan *Dismenorea Primer* Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1 Malang

Rival Yahya Baihaqi¹, Ririn Harini², Indah Dwi Pratiwi³

Latar Belakang : *Dismenorea* adalah rasa sakit yang tidak tertahankan pada saat menstruasi, sakit menusuk, nyeri hebat di sekitar perut bagian bawah menyebar ke paha dan kaki. *Dismenorea* diklasifikasikan menjadi dua yaitu *dismenorea primer* dan *dismenorea sekunder*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan *dismenorea primer*.

Metode : Penelitian ini menggunakan design *pra experimental* dengan menggunakan rancangan *one group pre-post test design*. Jumlah responden kelompok intervensi dengan diberikan hipnoterapi berjumlah 30 responden. Teknik sampling menggunakan *Purposive Sampling*. Analisis data menggunakan uji normalitas *Saphiro Wilks* dan Uji *t Test Dependen*.

Hasil : hasil skala nyeri sebelum dilakukan hipnoterapi 5,27 dan sesudah dilakukan hipnoterapi 0,10. Hasil skala nyeri pada kelompok intervensi mengalami penurunan sebesar 5,17(98,10%). Dengan menggunakan aplikasi analisa data menggunakan uji normalitas *Saphiro Wilks* dan Uji *t Test Dependen* dengan menggunakan SPSS versi 21 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka ada pengaruh yang signifikan terhadap penurunan *dismenorea primer*.

Kesimpulan : Pemberian hipnoterapi yang dilakukan satu sesi selama 45 menit menyebabkan relaksasi, sehingga tubuh akan mengeluarkan hormon *endokrin* yang menghambat signal nyeri di *substansia gelatinosa* sehingga hipnoterapi berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri *dismenorea primer* pada siswi SMA Muhammadiyah 1 Malang.

Kata Kunci : *Dismenorea*, Hipnoterapi, Remaja

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

³Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERTAYAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRACT	x
INTISARI	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Hipnoterapi.....	10
2.1.1 Definisi Hipnosis	10
2.1.2 Jenis Jenis Hipnosis	10
2.1.3 Fisiologis Hipnosis	12

2.1.4 Definisi Hipnoterapi.....	15
2.1.5 Manfaat Hipnoterapi.....	16
2.1.6 Cara Kerja Hipnoterapi.....	18
2.1.7 Tahapan Hipnoterapi.....	19
2.1.8 Hipnoterapi Terhadap Penurunan Dismenorea.....	25
2.2 Dismenorea	29
2.2.1 Definisi Dismenorea.....	29
2.2.2 Klasifikasi Dismenorea	30
1. Dismenorea primer	30
a. Definisi Dismenorea Primer.....	30
b. Patofisiologi Dismenorea Primer.....	31
c. Etiologi Dismenorea primer.....	31
d. Faktor Yang Mempengaruhi Dismenorea primer.....	32
e. Derajat dismenorea primer	34
f. Tanda dan Gejala Dismenorea Primer.....	34
g. Pencegahan Dismenorea Primer.....	35
h. Menejemen Dismenorea Primer	36
2. Dismenorea Sekunder.....	37
a. Definisi Dismenorea Sekunder	37
b. Etiologi Dismenorea sekunder.....	37
c. Tanda dan Gejala Dismenorea Sekunder	39
2.3 Konsep Nyeri.....	40
2.3.1 Definisi Nyeri	40
2.3.2 Klasifikasi Nyeri.....	40
2.3.3 Skala Nyeri.....	42
2.3.4 Cara Mengukur Nyeri.....	42
2.4 Remaja.....	45
2.4.1 Pengertian Remaja	45
2.4.2 Tugas Perkembangan Remaja	45
2.4.3 Ciri-Ciri Remaja.....	48
2.4.4 Pembagian Masa Remaja	48
2.4.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja.....	49

BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN .50

3.1 Kerangka Konseptual	50
3.2 Hipotesis Penelitian.....	51

BAB IV METODE PENELITIAN52

4.1 Desain Penelitian	52
4.2 Kerangka Kerja Penelitian.....	53
4.3 Pupulasi, Sampel dan Sampling.....	54
4.3.1 Populasi	54
4.3.2 Sampel	54
4.3.3 Sampling	55

4.4 Variabel Penelitian.....	55
4.4.1 Variabel Bebas (Independen)	55
4.4.2 Variabel Terikat (Dependen).....	56
4.5 Definisi Operasional	56
4.6 Tempat Penelitian	58
4.7 Waktu Penelitian	58
4.8 Instrumen Penelitian.....	58
4.9 Prosedur Penelitian	58
4.9.1 Pengumpulan Data	59
4.9.2 Pengelolaan Data	60
4.10 Analisa Data.....	63
4.10.1 Analisis Univariate.....	63
4.10.2 Analisis Bivariate.....	63
4.11 Etika Penelitian	65
BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA.....	66
5.1 Karakteristik Sampel	66
5.1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	66
5.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche	67
5.1.3 Tingkat Skala Nyeri Pada Siswi yang Mengalami Dismenorea Sebelum Diberikan Hipnoterapi.....	68
5.1.4 Tingkat Skala Nyeri Borbonais Pada Siswi yang Mengalami Dismenorea Sesudah di Berikan Hipnoterapi.....	68
5.1.5 Skala Nyeri Pretest dan Posttest pada Siswi Dismenorea.....	69
5.2 Analisis Data	70
5.2.1 Uji Normalitas	70
BAB VI PEMBAHASAN	72
6.1 Interpretasi Hasil dan Diskusi Hasil	72
6.1.1 Skala Nyeri Dismenorea Primer Sebelum Diberikan Hipnoterapi.....	72
6.1.2 Skala Nyeri Dismenorea Primer Sesudah Diberikan Hipnoterapi	74
6.1.3 Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Dismenorea Primer.....	76
6.2 Keterbatasan Penelitian	78
6.3 Implikasi untuk Keperawatan	79
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	80
7.1 Kesimpulan.....	80
7.2 Saran	80
7.2.1 Bagi Profesi Keperawatan	80
7.2.2 Bagi Masyarakat.....	80
7.2.3 Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan.....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	82
LAMPIRAN	85

DAFTAR TABEL

4.1	Definisi Operasional	57
5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Siswi Dismenorea Primer di SMA Muhamadiyah 1 Malang.....	66
5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche Pada Siswi SMA Muhamadiyah 1 Malang	67
5.3	Karakteristik Sampel Berdasarkan Skala nyeri Bourbonais Sebelum Dilakukan Hipnoterapi.....	68
5.4	Karakteristik Sampel Berdasarkan Skala Nyeri Bourbonais Sesudah Dilakukan Hipnoterapi.....	68
5.5	Distribusi Skala Nyeri Pretest dan Posttest Pada Siswi Dismenorea	69
5.6	Hasil Analisa Uji Saphiro Wilks Pengaruh Hipnotherapy Terhadap Penurunan Dismenorea Primer Pada Siswi SMA Muhamadiyah 1 Malang.....	71
5.7	Hasil Paired simple T Test pengaruh Hipnotherapy Terhadap Penurunan Dismenorea Primer Pada Siswi SMA Muhamadiyah 1 Malang.....	71

DAFTAR GAMBAR

2.1	Gambar Skala Nyeri <i>Bourbonais</i>	42
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian	51
4.1	Kerangka Kerja Penelitian	53
5.5	Perbandingan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian Hipnoterapi Pada Siswi Dismenorea	70

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan dan Penelitian di SMA Muhamadiyah 1 Malang.....	85
Lampiran 2 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Studi Pendahuluan di SMA Mahamadiyah 1 Malang	86
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian di SMA Muhamadiyah 1 Malang.....	87
Lampiran 4 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian di SMA Muhamadiyah 1 Malang.....	88
Lampiran 5 Lembar Penjelasan Kepada Responden Penelitian	89
Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden	91
Lampiran 7 Lembar Quisoner	92
Lampiran 8 Lembar Observasi.....	93
Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur (SOP) Hipnoterapi.....	95
Lampiran 10 Rekapitulasi Data Kelompok Intervensi.....	98
Lampiran 11 Frekuensi Statistik Usia	99
Lampiran 12 Frekuensi Statistik Menarche	100
Lampiran 13 Frekuensi Statistik Pre.....	101
Lampiran 14 Frekuensi Statistik Post.....	102
Lampiran 15 Frekuensi Statistik Uji Normalitas	103
Lampiran 16 Frekuensi Statistik Paired Samples Test.....	105
Lampiran 17 Foto Lembar Konsul.....	106
Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian	112
Lampiran 19 Curriculum Vitae	114

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, A. (2015). Pengaruh Hipnotherapi Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Maternity and Neonatal*, 6 (1), 274-279.
- Al-Mighwar, M. (2008). Psikologi Remaja. Bandung: Pustaka Setia.
- Andayani, W. N. (2010). Hubungan Antara Aktivitas Olahraga dengan Dismenorea pada Siswi Kelas X di SMK Negeri 6 Surakarta. *Karya Tulis Ilmiah*. Program Studi IV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Anam, S. (2010). *4 Jam Pintar Hipnosis*. Jakarta: Visi Media.
- Anurogo, D. & Wulandari (2011). *Cara Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: CV. Andi.
- Anjelina, W. N. (2013). Perbedaan Efektifitas Teknik Yoga (*cat stech Exercise*) dengan Senam Dismenorea Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dismenorea Primer*). *Jurnal Keperawatan* 3(2), 111-117.
- Asrori, A. (2011). Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Aziato, L., Dedey, F., & Clegg-Lampthey, J. N. (2014). The experience of dysmenorrhoea among Ghanaian senior high and university student: pain characteristics and affects. *Reproductive health*, DOI: 10.1186/journal phone.1742-4755-11-58, 11 (58), 1-8.
- Dahlah, P. M. (2010). Besar Sempel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. Edisi 3. Jakarta : Selemba Medika.
- Gunawan, A. W. (2012). *hypnotherapi the art of subconscious restructuring*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hakim, I. (2010). *Rahasia hipnosis*. Jakarta: Tiara pustaka.
- Hauser, W., Hagl, M., Schmierer, A., Hansen, E., (2016). The Efficacy, Safaty and Applications of Medical Hypnosis. *Medicine. Deutsches Arzteblatt International*, 113:289-96
- Hasan, F. M., Zagarins, S. E., Pischke, K. M., Saiyeda, S., Bettencourt, A. M., Beal, L., McCleary, N. (2014). Hypnotherapy is more effective than nicotine replacement therapy for smoking cessation: Results of a randomized controlled trial. *www.elsevierhealth.com/journals/ctim*, 22, 1-8. doi:http://dx.doi.org/10.1016
- Hendriyanto, B., Sriati, A., & Fitria, N. (2012). Pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat stres mahasiswa fakultas ilmu keperawatan universitas padjadjaran. *jurnal.unpad.ac.id*.
- IBH. (2015). Hypnotherapy Fundamental workshop. *A Journey to the sub-Conscious world*, 27-31. Diambil kembali dari www.YanNurindra.com
- IHA. (2009, MEI). Kode etik. *Kode Etik Indonesian Hypnosis Association*, 1-8. Diambil kembali dari www.indohypnosis.com
- Kusmiran, E. (2011). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Selemba Medika

- Lapau, B. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan : Metode Ilmiah Penulisan Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Jakarta. Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Morgan, G. & Hamilton, S. (2009). *Obstetri dan Gynecologi: Panduan Praktik*. Edisi 2. EGC. Jakarta.
- Maliya, A. (2011). Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi fraktur femur di ruang rawat inap bedah rumah sakit ortopedi surakarta. 2 (4).34-42.
- Mustofa, B. (2012, Juli). Hipotisme dalam dakwah. *Jurnal* 23(2).
- Muttaqin, A. (2008). Asuhan keperawatan klien dengan gangguan sistem pernafasan. Jakarta:Selemba medika
- Nadliroh, U. (2013). Kecemasan remaja putri dalam menghadapi nyeri haid (dismenorrhea) pada siswi kelas VII di SMPN 1 Mojoanyar kabupaten Mojokerto. 5 (1).
- Nurchasanah, A. (2014). Keperawatan maternitas. Yogyakarta: CV. Andi.
- Notoatmodjo, P. D. S. (2012). Metode penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, P. D. S. (2014). Metode penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). Metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Selemba Medika.
- Nursalam. (2014). Metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Selemba Medika.
- Novia & Puspitasari. 2008. Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer. *The Indonesian Journal of Public Health* 4(2), 96-104.
- Polat, A., Celik, H., Gurates, B., Kaya, D., Nalbant, M., Kavak, E., & Hanay, F. (2009, April). Prevalence of primary dysmenorrhea in young adult female university students. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 279, 279: 527. doi:10.1007/s00404-008-0750-0
- Proverawati. (2009). *Menarche menstruasi pertama penuh makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pribakti, B. (2010). Panduan praktis kesehatan reproduksi wanita. Jakarta: Cv. Sugeng seto.
- Priyatna, A. (2009). *Be A Smart Teenager (for Boy and Girls)*. Gramedia. Jakarta.
- Rustamaji, M & Kristiyadi, A. (2011). Komparasi hukum terhadap hipnosis forensik sebagai metode investigasi progresif dalam perspektif sistem hukum . *Jurnal forensik*. 4 (3), 30-36.
- Sari, D. K., Wulandari, R., & Rahmasari, I. (2016). Cat stretch exercise sebagai upaya mengurangi nyeri haid pada remaja putri. *Gaster, XIV (1)*, 53-59.
- Savitri, R. (2015, Desember). Gambaran skala nyeri haid pada usia remaja. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 2 (2), 25-29.
- Santrock, J. W. (2007). Psikologi Pendidikan. Edisi 2. Jakarta. Kencana.
- Setiawan. (2009). *Hipnosis dan hipnotherapy*. yogyakarta: Garasi.
- Setyawati, A. P, & Murniati, I. (2013). Pengaruh hipnoterapi terhadap nyeri pada pasien dispepsia di RSUD Dr.R Goateng taruna dibrata purbalingga. *Jurnal keperawatan*, 22 (1):59-65.
- Shukla, M. K., Khan, S., & Srivastava, A. (2016). Common menstrual complaints and use of medication, among undergraduate students of Moradabad, Uttar Pradesh, India: a cross sectional study. *International Journal of Community Medicine*

and Public Health, 3 (8), 2180-2185. doi:<http://dx.doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20162567>

- Stoelting-Gettelfinger. (2010). A case study and comprehensive differential diagnosis and care plan for the three Ds of women's health: primary dysmenorrhea, secondary dysmenorrhea, and dyspareunia. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 22(10):513-522. doi:10.1111/j.1745-7599.2010.00544.x
- Sukarni, I., & Wahyu. (2013). *Keperawatan maternitas*. yogyakarta: Nuha Medika.
- Susianti, d. A. (2015). *Teori dan konsep dasar hipnoterapi*. yogyakarta: visi media.
- Swarjana, I. K. (2016). Statistik kesehatan. Yogyakarta: ANDI.
- Tamsuri. (2007). *Konsep dan penatalaksanaan nyeri*. Jakarta: EGC.
- Triana, H. (2014, Desember). Efektifitas Hipnotrapi Dalam Mengurangi Tanda Dan Gejala Fobia. *Ilmu Kesehatan*, 8(2), 373-382.
- Wahida, E. & Khusniyah, P. (2009). Pengaruh hipnoterapi terhadap nyeri pada lansia. *Jurnal ilmiah kesehatan keperawatan*, 8 (2), 11-16.
- Widiyanti, D. E. (2013, Juli). Pengaruh nyeri haid (dysmenorrhea) terhadap aktifitas sehari-hari pada remaja. *Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 8 (2), 57-63.
- Zukri, Shamsunarnie Mohd. et al. (2009). Primary Dysmenorrhea Among Medical and Dental University Students in Kelantan: Prevalence and Associated Factors. *International Medical Journal* 16(2), 93-99.